



De effectiviteit van EMDR-therapie bij slachtoffers van seksueel geweld

In een recent verschenen artikel over de effectiviteit van EMDR-therapie bij vrouwelijke slachtoffers van seksueel trauma vergelijken de Amerikaanse auteurs Payler en Royal drie studies uit respectievelijk 2007, 1999 en 2004 waarbij zij EMDR vergeleken met andere interventies. EMDR bleek in alle drie de studies effectief.

Samenvatting artikel: **Iva Bicanic** en **Ad de Jongh** Foto: **wjarek / Shutterstock.com**

De eerste studie uit deze review betreft een randomized controlled trial waarin drie interventies met elkaar zijn vergeleken bij 88 volwassen vrouwen met PTSS als gevolg van vroeg seksueel trauma: EMDR, fluoxetine en een placebo pil. Deze studie laat zien dat bij mensen met vroeg interpersoonlijk trauma significant meer verbeteringen kunnen worden bereikt met EMDR dan met de andere interventies, al zijn acht sessies mogelijk niet afdoende voor mensen die last hebben van een veelheid aan mentale representaties van wat hen is overkomen. In het tweede onderzoek is EMDR vergeleken met een 'routinebehandeling' bij 59 vrouwen die als kind seksueel zijn misbruikt. Deze 'routinebehandeling' hield een variatie in van maar liefst twintig interventies: van cognitieve gedragstherapie tot psychodynamische- en Gestalt therapie. EMDR bleek effectief in het verminderen van traumagerelateerde symptomen. Anders dan in de eerstgenoemde studie, vonden de onderzoekers echter geen superioriteit voor EMDR vergeleken met de andere therapieën.

De laatste studie uit 2004 onderzocht de effectiviteit van EMDR versus cognitieve gedragstherapie bij misbruikte twaalf- en dertienjarige meisjes. Beide interventies waren effectief, maar EMDR bleek efficiënter.

De auteurs sluiten het artikel af met een aantal gebiedende waarschuwingen aan het adres van EMDR-therapeuten:

1. Let op voor ontregeling vanwege blootstelling aan traumatische herinneringen.
2. Geef geen EMDR aan mensen die actueel misbruikt worden of recent misbruikt zijn.
3. Schep geen valse verwachtingen over hoe snel EMDR kan werken.
4. Geef altijd psycho-educatie over het proces van de EMDR-behandeling.
5. Monitor voor, tijdens en na de EMDR-behandeling om de effectiviteit vast te stellen.

Beschouwing

Naar ons idee hebben de auteurs een redelijk negatieve kijk op de inzetmogelijkheden van EMDR-therapie voor mensen met misbruikervaringen. Daarnaast weiden zij niet uit over nieuwe toepassingen van EMDR, zoals EMDR gericht op flashforwards en het gebruik van EMDR als vroeginterventie, en niet over het feit dat onderzoek laat zien dat therapeutische procedures zoals EMDR ook bij ernstige vormen van PTSS ('Complexe PTSS') veilig en effectief kan worden ingezet (De Jongh et al, 2016). Therapeuten die geïnteresseerd zijn in een meer positieve beschrijving van de (innovatieve) mogelijkheden van het EMDR-basisprotocol in de behandeling van slachtoffers van seksueel geweld, verwijzen we alvast naar ons pocketboek dat in 2017 zal verschijnen bij Uitgeverij SWP onder de titel 'Seksueel geweld en EMDR'.

Payler, S. & Royal, C. (2016). Assessing the Effectiveness of EMDR in the Treatment of Sexual Trauma. *The Practitioner Scholar: Journal of Counseling and Professional Psychology*, Vol 5, p 1-6.

De Jongh, A., Resick, P.A., Zoellner, L.A., van Minnen, A., Lee, C.W., Monson, C.M., Foa, E.B., Wheeler, K., Ten Broeke, E., Feeny, N., Rauch, S.A.M., Chard, K., Mueser, K.T., Sloan, D.M., van der Gaag, M., Rothbaum, B.O., Neuner, F., De Roos, C., Hehenkamp, L.M.J., Rosner, R., Bicanic, I.A.E. (2016). A critical analysis of the current treatment guidelines for complex PTSD in adults. *Depression and Anxiety*. DOI 10.1002/da.22469